



Checkliste Reiseapotheke

Ein detaillierter Überblick sorgt für eine angemessene Auswahl

Die Checkliste enthält im Sinne eines Überblicks Vorschläge für die Zusammenstellung einer Reiseapotheke. Die Auswahl der Medikamente hängt von Ihren persönlichen Bedürfnissen, der Art der Reise und dem Reiseziel ab. In der rechten Spalte können Sie Bemerkungen eintragen, zum Beispiel Medikamentenunverträglichkeiten oder Allergien.

Mit der Checkliste erhalten Sie eine Übersicht über den für Sie persönlich notwendigen Inhalt der Reiseapotheke. Die Liste ist ausserdem eine hilfreiche Grundlage für die Beratung bei Ihrem Arzt oder Apotheker.

Vom Arzt in ausreichender Menge verschreiben lassen:

- Regelmässig einzunehmende Medikamente
- Malariaprophylaxe
- Impfberatung
- Bei Reisen mit ungenügender medizinischer Versorgung (z.B. Antibiotika)
- Ev. weitere Medikamente in Absprache mit dem Arzt

Wundversorgung:

- Wunddesinfektionsmittel
- Wundsalbe
- Wundschnellverband, Blasenpflaster
- Mullbinden, Kompressen, Heftpflaster
- Wundreinigung
- Schere, Pinzette, Zeckenzange

Stumpfe Verletzungen:

- Gel oder Salbe gegen Blutergüsse
- Schmerzstillendes Gel, Salbe
- Elastische Binde
- Präparate zur Behandlung von Schwellungen und Entzündungen
- Dreieckstuch, Rettungsdecke

Schmerzen, Fieber, Erkältungskrankheiten:

- Schmerzmittel (Auswahl entsprechend Alter, Schmerzart, Kontraindikationen)
- Krampflösendes Mittel
- Abschwellende Nasentropfen
- Präparat zur Pflege der Nasenschleimhaut
- Gurgellösung, Halstabletten
- Hustenmittel
- Fieberthermometer



Magen-Darm-Beschwerden:

- Mittel gegen Sodbrennen, Völlegefühl
- Mittel gegen Blähungen
- Mittel zur Behandlung von Durchfällen
- Präparat zum Ausgleich von Elektrolytverlusten
- Mittel zur Behandlung von Verstopfung
- Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen (günstig sind Zäpfchen)

Sonstige Präparate:

- Augentropfen
- Mittel gegen Reiseübelkeit
- Mittel gegen Pilzkrankungen
- Mittel gegen Harnwegsinfekte
- Mittel zur Behandlung von Kreislaufstörungen
- Mittel gegen Allergien
- Mittel gegen Schlafstörungen
- Vitamin- und Mineralstoffpräparate
- Mittel zur Wasserdesinfektion

Produkte zur Körperpflege, Sonnenschutz, Insektenschutz

- Duschbad, Haarwaschmittel
- Hautpflegeprodukte
- Sonnenschutz (Gesicht, Lippen, Körper)
- After Sun Präparate
- Zahnbürste, -creme, Mundwasser
- Deodorant, Körperpuder
- Nagelschere, -feile
- Kamm, Bürste
- Insektenschutz zum Einreiben, Moskitonetz
- Gel, Lotion zur Behandlung von Insektenstichen, Sonnenbrand
- Mittel zur Vorbeugung einer Sonnenallergie
- Hände- und Flächendesinfektionsmittel

Weitere Besonderheiten (Eigene Notizen, Bemerkungen des Arztes)

-
-
-
-
-